

発行

越前市国高二丁目324-13

国高地区自治振興会・国高公民館

TEL 23-4601 FAX 22-8699

Eメール(自治) kunitaka@es.ttn.ne.jp

(公民館) kunitaka_ko@city.echizen.lg.jp

世帯数 4,893世帯 人口 12,071人(9/1現在)

SUN・山
サン・サン

ふるさと国高

10
月号

第17回 サンサンふれあい合宿通学



9月5日～6日の1泊2日で「サンサンふれあい合宿通学」を行い、国高小学校4年生30名が参加しました。防災学習では、お米の炊き方や災害時に新聞紙を使い自分達で出来ることの知識を教えてもらいました。夜には自分達で組み立てたテントで避難生活の模擬体験をしました。

防災の色々な知識・経験をこれからの成長に活かしてもらえたらと思います。最後に、この合宿通学にご協力くださいました多くの地域ボランティアの皆様へ心より感謝申し上げます。

白ご飯はお鍋で炊きます！
蒸らしている間に、新聞紙で
防災グッズ作り。



自分達で作ったご飯は
いつもと違うおいしさ(=)

湯楽里でお風呂に
入った後は、
テントを組み立て。



ラジオ体操をして朝ごはん！あっという間の
合宿。気をつけていってらっしゃーい。



- 2 -



おすすめスポット

サンサン遊歩道

おすすめスポットとして思い出深い場所を挙げたいと思います。「サンサン遊歩道」ここは私の幼少期、登下校や遊びで通る遊歩道で、当時TV放送していた“さわやか3組”の主題歌の軽快な♪サンサンサンさわやか3組〜♪と重なって、なんだかずっと頭に残っていました。

ここにはこどもまりとした噴水や、足裏が浸る程度の水路、屋根付きのベンチ、北側には音の出るモニュメントがあったり、花壇にはたくさんの綺麗な花も咲いていて、子供心がくすぐられた思い出があります。

車に乗るようになってからはなかなか訪れる機会は無く、ふと気づけば噴水や水路はとっくに止まっていたり、モニュメントも落雷で故障して以来、直せずに



音は鳴らなくなっている模様。でも、遊歩道としての存在感やつつじなどの花々は、地域の方々のおかげで健在で、車の侵入もないため安心して散歩される方も見受けられます。

完成から約30年…最近子供と散歩しながら、なんだかセンチメンタルな気持ちになったりしてます。

広報部 M

公民館学級の様子を紹介しま〜す

地域実践座

健康講座 ～膝関節特化コース～

9月7日（土）に、膝関節の重要性を学び予防体操等を行いました。知っていれば「やってて良かった」と言い、悪くなってから「やっておけばよかった」と言う人を見てきた講師の職場での経験を聞くことにより、皆さんの意識も高まったのではないのでしょうか（^^）



野草講座 ～セイタカアワダチソウ～

9月10日（火）、身近な野草を利用した講座を行いました。花粉症の原因と思う人が多いけど違うんです!! 効能がたくさんある万能野草ということで手浴・足湯体



験をし、冷え性改善。またお茶やうがいの材料としてデトックス効果。他にも役立つ知識に皆さん真剣な様子でした。

しあわせ大学

公式輪投げ

9月13日（金）に、輪投げ大会をしました。各老人クラブチームで競い、上位の村国三丁目と八幡の2チームが市の大会へ進むことになりました。多くの方々が和気あいあいと楽しみました。



市民と議会との語る会〈国高地区〉

問い合わせ：議会事務局 ☎22-3426

市民と議員との意見交換を行います。

是非、皆様のご意見をお聞かせください。

と き：10月24日（金） 午後7時～8時30分

ところ：国高公民館 講堂

内 容：議会報告、小集団トーク



国高地区自治振興会 生活支援推進事業

連絡先 | 地域包括支援センター和上苑 瓜生町33-12-2 Tel.23-5255

「秋バテ」していませんか？

秋は天気の変化と1日の寒暖差がとても大きい季節です。その変化によって起こる自律神経の乱れに、夏の間に溜まっていた疲れが加わると、体は悲鳴をあげて体調を崩してしまいます。特に高齢になると体温調節機能が上手く働かなくなるので、注意が必要です。体がだるい、やる気が出ない、めまいがするといった症状がある方は要注意。

「秋バテ」かな？と感じたら

- ☐ 1日3食 バランスよく食べましょう。
- ☐ 血流アップのために適度な運動をしましょう。
- ☐ ゆっくりと入浴しましょう。
- ☐ 良質な睡眠をとりましょう。

毎日の生活習慣を整えて、秋を健康に過ごしましょう！



自家用車の相乗りにご協力をお願いします

〔国高公民館運営協議会〕

消防だより 南越消防組合 東消防署 Tel.43-0119

秋の火災予防運動を実施します！

11月9日から15日まで全国一斉に秋の火災予防運動を実施します。この運動は、火災が発生しやすい時季を迎えるにあたり、火災予防の一層の普及を図り、火災の発生を防ぐことを目的としています。

住宅防火 いのちを守る 10のポイント

4つの習慣 6つの対策

4つの習慣

- 1 寝たばこは、絶対にしない、させない。
- 2 ストープの周りに、燃えやすいものを置かない。
- 3 こんろを使うときは、火のそばを離れない。
- 4 コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く。

6つの対策

- 1 火災の発生を防ぐために、ストープやこんろ等は安全装置の付いた機器を使用する。
- 2 火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。
- 3 火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類及びカーテンは、防災品を使用する。
- 4 火災を小さいうちに消すために、消火器等を設置し、使い方を確認しておく。
- 5 お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。
- 6 防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う。

国高交番だより 越前警察署 Tel.24-0110

横断歩道、停車していますか？

横断歩道を渡ろうとしている歩行者がいるにもかかわらず、横断歩道の前で通り過ぎると、

横断歩行者妨害

反則金 9,000円 ※普通車の場合
点数 2点

という、道路交通法違反になります。

本年7月中、越前市内の国道で、横断歩道を横断中の歩行者がはねられる交通死亡事故が2件、本年8月、越前市内の国道で、横断歩道のある交差点でひき逃げ死亡事故が1件発生しています。

運転中は、横断歩道の停止位置で止まれるようなスピードで運転し、横断しようとする、または横断中の歩行者がいるときは必ず一時停止してください。信号機の無い横断歩道での一時停止は、マナーでなくルールです。

「心のパワー」 ベンネーム デコピン

「おはよう」の挨拶から一日が始まります。毎朝、集団登校について行き子供達と他愛もない会話で言葉を交わしながら、その子その子の今の状態を見守り、すれ違う人には「ご苦労様！」と声を掛けて頂いています。いつまで続くかわからないけれど「おはよう」の心が心のパワーになっている間は続けていきたいと思っています。

国高ペンリレー

国高児童センター 申込み・問合せ Tel.21-5055

ほっぺ&ほっほクラブのお知らせ

0～3歳頃までのお子さんと保護者の方が、楽しく遊んだり気軽に交流できる場として児童センターを開放しています。お友達づくりの場、息抜きの場として、ぜひ児童センターをご利用ください！

10月24日◎ 親子教室「保健師さんのお話」

11月 7日◎ 親子教室「親子クッキング」 参加費100円

11月14日◎ 親子教室「ほっほまつり」 参加費200円



親子教室

1～3歳児対象

赤ちゃん教室

0歳児対象

時間

10時半～11時半頃

編集後記

先日、病院に行った時、患者側、病院側も全員マスク姿に、モヤモヤした安心感を覚えています。恐怖心は無いのか？本当にマスクで自分を守るのだろうか？家では、未だに、玄関、台所、トイレには、アルコールが有り、正直当たり前の生活習慣になってきている。最近、量販店にもアルコール無しが増えてきて、自分のカバンから取り出すときがある。「危険な感染症」というのは、他にもいっぱいある。見慣れた風景、何が本当に元に戻った生活なのか、じっくり考えていきたいです。

すべての事業、イベント等については、状況により中止または延期になる場合があります。

休館日：
毎週月曜日、第3日曜日、
11月23日(土) 勤労感謝の日
開館時間：午前9時～午後10時

広報「ふるさと
国高」は越前市
のホームページで
ご覧いただけます。



越前市
国高地区
地域安全マップ
「キッズセーフ」



Instagram
「国高ちく」
情報
発信中！

